

## **A Confirmatory Factor Analysis of Kalayana Dialogue Communication Skill of Late Adolescents in Bangkok<sup>1</sup>**

*Chanya Leesattrupai<sup>2</sup>  
Charn Rattanapisit<sup>3</sup>*

*Received: May 15, 2014 Accepted: June 2, 2014*

### **Abstract**

Kalayana Dialogue Communication Skill was developed from Western and Buddhist counseling approaches for understanding and accepting the truth about the human nature, and it makes such a smooth conversation. The purposes of this research were to develop the Kalayana Dialogue Communication Skill scale using an exploratory factor analysis and a confirmatory factor analysis. The samples were 400 upper secondary school and university students who live in Bangkok. The research instrument was the Kalayana Dialogue Communication Skill scale. Cronbach's alpha internal consistency was estimated for the reliability of the scale. The exploratory factor analysis was examined to determine the number of factors and indicators. The confirmatory factor analysis was performed to determine the construct validity by using LISREL 8.72. The major findings were as follows: 1) internal consistency of this scale was .86, 2) the exploratory factor analysis indicated that the Kalayana Dialogue Communication Skill was composed of 7 factors: self-disclosure and tuning-in, respectfulness, intensive listening, empathic understanding, reflection of feeling, clarifying and supportive, and 3) the confirmatory factor analysis found that the model fit the structure from the exploratory factor analysis. The chi-square goodness of fit test was 3.515;  $df = 6$ ;  $p$ -value = .742; GFI = .997; AGFI = .988; RMSEA = .004; RMR = .002

**Keywords:** Kalayana Dialogue communication Skill, Exploratory factor analysis, Confirmatory factor analysis

---

<sup>1</sup> Research article

<sup>2</sup> Lecturer in the Department of Psychology, Faculty of Humanities at Srinakharinwirot University  
email: chanya@g.swu.ac.th Tel.: 085-556-5135

<sup>3</sup> Lecturer in the Department of Psychology, Faculty of Humanities at Srinakharinwirot University

## การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร<sup>1</sup>

ชญญา ลีศัตร์พ่าย<sup>2</sup>

ชาญ รัตนะพิสิฐ<sup>3</sup>

### บทคัดย่อ

ทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา เป็นทักษะการสื่อสารที่พัฒนาขึ้นจากแนวคิดของการให้คำปรึกษาทั้งแนวตะวันตกและแนวพุทธ เพื่อช่วยให้เกิดการยอมรับและเข้าใจในความเป็นจริงตามธรรมชาติของมนุษย์ และช่วยให้การสนทนาเป็นไปด้วยความราบรื่น ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและพัฒนามาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นิสิตและนักศึกษามหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ที่ได้ทำการวิเคราะห์ความเที่ยงและความสอดคล้องภายในตามสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค จากนั้นทำการสำรวจจำนวนองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ซึ่งประกอบด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างหรือยืนยันองค์ประกอบด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันลำดับที่สอง โดยใช้โปรแกรม LISREL 8.72 ผลการวิจัย พบว่า มาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนามีคุณภาพสำคัญ ดังนี้ 1) ค่าความเที่ยงแบบความสอดคล้องภายในของมาตรวัด เท่ากับ .86 2) การสำรวจองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา พบว่า มีองค์ประกอบที่สำคัญ 7 องค์ประกอบ ได้แก่ การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจ และไม่ตัดสิน การสะท้อนความรู้สึก การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด และการสนับสนุน 3) การยืนยันองค์ประกอบ พบว่า สนับสนุนความตรงเชิงโครงสร้างจากการสำรวจองค์ประกอบเชิงยืนยัน ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง ดังนี้  $\chi^2 = 3.515$ ;  $df = 6$ ;  $p\text{-value} = .742$ ;  $GFI = .997$ ;  $AGFI = .988$ ;  $RMSEA = .004$ ;  $RMR = .002$

**คำสำคัญ:** ทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

<sup>1</sup> บทความวิจัย

<sup>2</sup> อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
email: chanya@gs.wu.ac.th โทร.: 085-556-5135

<sup>3</sup> อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## บทนำ

สังคมปัจจุบันเป็นสังคมที่มีความหลากหลายทั้งในเรื่องเพศ ชาติพันธุ์ ศาสนา ค่านิยมและวัฒนธรรม แม้ว่าจะมีความหลากหลายหรือแตกต่างอย่างไรแต่เป้าหมายสูงสุดที่ทุกคนปรารถนาคือการอยู่ร่วมกันอย่างเสมอภาค และมีความสุข ซึ่งจะเกิดขึ้นได้มาจากความสามารถในการปรับตัวของบุคคล และการมีทักษะชีวิต และทักษะสื่อสารที่ดีของบุคคล (Segrin et al., 2007)

จากแนวคิดที่กล่าวมาข้างต้นภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงได้ริเริ่มจัดโครงการค่ายพัฒนาทักษะชีวิตวัยรุ่น (ค่ายปล่อยจิต) ขึ้น เพื่อมุ่งพัฒนาให้ผู้เข้าร่วมโครงการ คือ เยาวชนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร และจากทั่วประเทศ มีทักษะชีวิตที่ดี รวมถึงมีการสร้างและพยายามรักษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลให้ราบรื่นตามหลักที่ต้องการให้บุคคลก้าวข้ามจากมิจฉาทิฐิ หรือความเห็นผิด ความคิดหรือความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ ไปสู่สัมมาทิฐิ หรือมีความเห็นชอบ มีความคิด และความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสม โดยอาศัยปัจจัย 2 ประการ คือ ปัจจัยภายนอก ได้แก่ โปรโตโฆษะ แปลว่า เสียงจากผู้อื่น หรือเสียงบอกจากผู้อื่น เป็นปัจจัยทางสังคม บุคคลผู้มีความสัมพันธ์เหมาะสมสามารถทำหน้าที่เป็นโปรโตโฆษะที่ดี มีคุณภาพสูง มีคำเรียกเฉพาะว่า กัลยาณมิตรหรือการเป็นมิตรสหายที่ดีงาม ส่วนปัจจัยอีกประการหนึ่ง คือ ปัจจัยภายใน ได้แก่ โยนิโสมนสิการ แปลว่า การทำในใจโดยแยบคาย ซึ่งในกระบวนการพัฒนาปัญญา โยนิโสมนสิการจะอยู่ในระดับเหนือศรัทธา เพราะเป็นขั้นที่เริ่มใช้ความคิดของตนเองเป็นอิสระ โยนิโสมนสิการเป็นการฝึกการใช้ความคิด ให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์ ไม่มองเห็นสิ่งต่างๆ

อย่างตื้นๆ ผิวกิน (พระธรรมปิฎก, 2546) ทั้งนี้โดยผ่านกระบวนการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ โดยมีการบูรณาการศาสตร์ทางจิตวิทยาในสาขาต่างๆ ร่วมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งศาสตร์ด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ทั้งแนวตะวันตกและแนวพุทธ

ซึ่งเรียกว่าการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา มีแนวคิดในเบื้องต้นว่า ในการสื่อสารกันนั้นบุคคลควรพยายามสร้างกระแสของการสนทนาเริ่มจากการเปิดเผยตนเองตามความเป็นจริง ไม่แสดงการคุกคาม แต่แสดงความเป็นมิตรเพื่อให้คู่สนทนาเกิดความสบายใจ เกิดความไว้วางใจ สะดวกใจที่จะสื่อสารด้วยอันจะนำไปสู่การเชื่อมสมาน เป็นการเข้าใจคู่สนทนาตามโลกทัศน์ของเขา ลดการให้ความสำคัญกับตัวตนของผู้สนทนาเอง แล้วเปิดกว้างพร้อมที่จะรับรู้เรื่องราวและสภาวะเหตุการณ์ต่างๆ เพิ่มความสำคัญให้กับประสบการณ์ของคู่สนทนา ส่งผลให้คู่สนทนามีโอกาสได้สังเกต และสำรวจตนเองในแง่มุมต่างๆ ได้เต็มที่ และร่วมกันเข้าใจถึงตัวตนของแต่ละฝ่ายโดยไม่นำตนเองไปตัดสิน นอกจากนี้ในขณะที่ทำการสื่อสารบุคคลจะต้องสามารถจับความรู้สึกของคู่สนทนาได้ว่ากำลังอยู่ในสภาวะอารมณ์ใด และควรช่วยให้เขาสามารถเข้าใจถึงอารมณ์ของตนเองเพื่อลดความสับสน และควรช่วยลดความคลุมเครือในประเด็นที่สนทนาโดยมีการสอบถามถึงประเด็นต่างๆ ของการสื่อสาร เพื่อให้เกิดความกระจ่างชัดและความเข้าใจที่ตรงกัน จนกระทั่งนำไปสู่การให้การสนับสนุนทางอารมณ์เพื่อช่วยให้การสื่อสารนั้นช่วยลดอารมณ์ทางลบ และส่งเสริมให้เกิดอารมณ์ทางบวกขึ้นร่วมกัน (โสริช โฟธิแก้ว, 2553; Rogers, 1961; Waterman, 1993) ซึ่งหากบุคคลมีทักษะสื่อสารดังกล่าวแล้วจะเอื้อให้เกิดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารด้วยวจนภาษา หรืออวจนภาษา ส่งผลให้เกิด

ความเข้าใจในความเป็นจริงตามธรรมชาติของมนุษย์ และสิ่งต่างๆ รอบตัว ทำให้เกิดความคิด ความเห็นที่ถูกต้อง สามารถรับมือกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างรู้เท่าทัน เกิดมิตรภาพระหว่างผู้สนทนา สามารถปรับตัวในสังคม และมีสุขภาวะทางจิตสูงขึ้น (สันท์ชยา โมสิกรัตน์ และ ภาควิชาจิตวิทยา, 2554; ชาญ รัตน์พิสิฐ, 2555)

ที่ผ่านมาได้มีความพยายามศึกษาและสร้างเป็นแนวคิดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาขึ้น แต่ยังไม่มีการบวกรวดประเมินผลเชิงประจักษ์อย่างเป็นรูปธรรม จึงได้มีความพยายามหยิบยกเอาคุณลักษณะของการแสดงที่สะท้อนให้เห็นถึงการมีทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาที่มีความสำคัญแบ่งเป็นองค์ประกอบของทักษะทั้งสิ้น 7 องค์ประกอบมาสร้างเป็นมาตรวัด เพื่อให้เกิดความเหมาะสมครอบคลุมในการประเมินได้อย่างถูกต้องตรงตามแนวคิดที่ได้มีการศึกษาไว้ จากงานวิจัยที่ผ่านมาได้มีการวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นแล้ว (ชาญ รัตน์พิสิฐ, 2555) แต่ยังคงขาดการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างเพื่อยืนยันว่าองค์ประกอบที่ทำการวัดประเมินตามแนวคิดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาตามที่ได้กล่าวมาในข้างต้นนั้นมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์จริง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาองค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) ของการวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาเพื่อให้เกิดแนวคิดดังกล่าว และเครื่องมือที่ใช้ในการวัดมีองค์ประกอบที่ชัดเจน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการประเมินได้อย่างมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพเพื่อเป็นข้อมูลสารสนเทศให้กับเยาวชนวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่มีปัญหาด้านการแสวงหาอัตลักษณ์ของตนเอง และปัญหาด้านการปรับตัวเข้ากับสังคม และผู้ที่มีส่วน

เกี่ยวข้องให้ตระหนักถึงความสำคัญของการสื่อสารโดยการสร้างมิตรภาพด้วยความจริงใจ และการมีทักษะชีวิตที่ดี และส่งเสริมให้มีโอกาสพัฒนาตนเองในมติดังกล่าว อันจะช่วยให้เกิดความสุขทางจิตใจ สามารถสร้างมิตรภาพที่ยั่งยืนและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพ อีกทั้งอาจนำผลการวิจัยนี้ไปพัฒนาต่อยอดองค์ความรู้ควบคู่กับการศึกษาตัวแปรต่างๆ ในงานวิจัยในอนาคตเพื่อใช้ในการพัฒนาประเทศต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาและพัฒนามาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน และตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างโมเดลโครงสร้างองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์

### แนวคิดและนิยามเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา มีนักจิตวิทยาได้ศึกษาไว้ดังเช่น สันท์ชยา โมสิกรัตน์ และภาควิชาจิตวิทยา (2554) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแนวพุทธ และแนวตะวันตกแล้วนำมาสังเคราะห์ร่วมกับข้อมูลที่ได้จากเยาวชนวัยรุ่นที่เคยเข้าร่วมค่ายพัฒนาทักษะชีวิตวัยรุ่น (ค่ายปล่อยจิต) เกี่ยวกับรูปแบบของการสนทนาที่จะทำให้ผู้สนทนาเข้าใจในตนเอง และเข้าใจในคู่สนทนาตามความเป็นจริง สามารถปรับตัวช่วยให้การสื่อสารเป็นไปอย่างราบรื่น ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี มีการช่วยเหลือเกื้อกูล ประคับประคองกันทางจิตใจ ก่อให้เกิดสุขภาวะทางจิตและอารมณ์ทางบวก จน

พัฒนาออกมาเป็นแนวคิดกว้างๆ เกี่ยวกับทักษะการสนทนาเพื่อความเป็นศิริมงคล หรือทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ต่อมางานวิจัยของชาญ รัตนะพิสิฐ (2555) ได้นำแนวคิดนี้มาตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และจิตวิทยาสังคม และพัฒนาการวัดตัวแปรนี้ให้เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น โดยได้นิยามทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาไว้ว่า เป็นการสื่อสารโดยการสนทนาที่มุ่งเน้นให้ผู้สื่อสารทำหน้าที่เป็นผู้ที่เอื้อให้ตนเอง รวมถึงผู้ที่เป็นคู่สนทนา หรือกลุ่มบุคคลที่ร่วมสนทนา มีโอกาส คิดพิจารณาใคร่ครวญ ประสพการณ์และสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงด้วยความเป็นมิตรเพื่อก่อให้เกิดความสนิทสนม เกิดความคิด ความเข้าใจที่ถูกต้องดีงาม นำไปสู่ความสุขจากการสื่อสาร โดยแบ่งเป็นทักษะที่สำคัญ 7 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน (Self-disclosure and Tuning-in หรือ SET) หมายถึง การที่บุคคลที่เป็นผู้สนทนามีการเปิดเผยตนเองตามความเป็นจริง แสดงความเป็นมิตร พร้อมทั้งจะสนทนาโดยลดการให้ความสำคัญกับตัวตน แล้วเปิดกว้างพร้อมที่จะรับรู้เรื่องราวและสภาวะเหตุการณ์ต่างๆ เพิ่มความสำคัญให้กับประสบการณ์ของคู่สนทนา

2. การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (Respectfulness หรือ R) หมายถึง การที่บุคคลที่สนทนาเห็นว่าตนเองและคู่สนทนาเป็นมิตร แสดงการสนทนาที่ไม่เป็นการละเมิดสิทธิส่วนบุคคล อยู่บนพื้นฐานของความสุภาพ การให้เกียรติและเห็นว่าทุกคนมีศักดิ์ศรีและความเท่าเทียมกัน

3. การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Intensive Listening หรือ IL) หมายถึง การที่บุคคลรับฟังการสนทนาด้วยจิตใจที่สงบ อดทน ไม่รู้สึกเบื่อหน่ายและสามารถจับใจความสำคัญของการสนทนาได้

4. การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน (Empathic Understanding หรือ EU) หมายถึง การที่บุคคลรับฟังคู่สนทนาด้วยความเต็มใจ เห็นอกเห็นใจ มีใจที่เป็นกลาง ตามความเป็นจริง ไม่ตัดสินประเมินค่าว่าถูกหรือผิดโดยใช้ความรู้สึกหรือด้วยคิดเอาเอง และไม่แสดงท่าทีไม่ยอมรับเมื่อเกิดความคิดเห็นที่แตกต่าง

5. การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling หรือ RF) หมายถึง การที่บุคคลสามารถสังเกตสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกของคู่สนทนา และสามารถบอกหรือสร้างสภาวะของการตระหนักรู้และพิจารณาอารมณ์ได้ตามความเป็นจริง

6. การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (Clarifying หรือ C) หมายถึง การที่บุคคลมีความสามารถในการสอบถาม หรือตั้งคำถามในเรื่องที่เกี่ยวกับการสนทนาเพื่อให้เกิดความกระจ่าง พยายามกระตุ้นให้คู่สนทนาพิจารณาถึงรากฐานแห่งเหตุผล และปัญหาในเรื่องที่ได้สนทนาความเป็นจริง

7. การสนับสนุน (Supportive หรือ S) หมายถึง การที่บุคคลให้การสนับสนุนทางอารมณ์ ความรู้สึกผ่านทางวจนภาษาและอวจนภาษาด้วยความจริงใจ เป็นธรรมชาติ สร้างบรรยากาศที่อบอุ่นจริงใจเมื่อคู่สนทนามีอารมณ์ความรู้สึกทางลบเพื่อให้การสนทนาเป็นไปด้วยความราบรื่นเกิดความรู้สึกทางบวกขึ้น

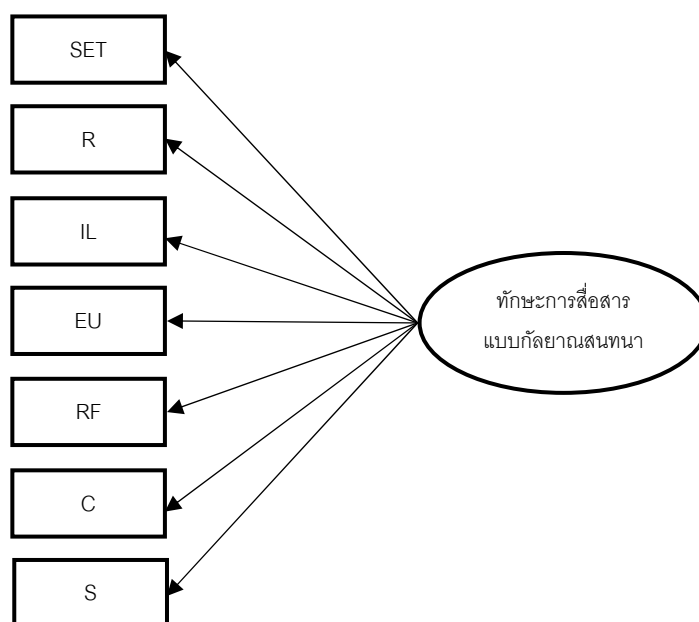
สำหรับการศึกษารุ่นนี้จะวัดและประเมินทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาโดยใช้มาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของ ชาญ รัตนะพิสิฐ (2555) ซึ่งครอบคลุมทักษะการสื่อสารที่สำคัญ 7 องค์ประกอบข้างต้น มีจำนวนทั้งสิ้น 31 ข้อ ลักษณะของมาตรวัดเป็นมาตรประเมินค่า 5 ระดับ เพื่อประเมินระดับข้อเท็จจริงและการแสดงออก ตั้งแต่ น้อยที่สุด จนถึงมากที่สุด

### สมมติฐานการวิจัย

1. องค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 7 องค์ประกอบ ได้แก่ การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน (SET) การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (R) การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (IL) การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็น

อกเห็นใจและไม่ตัดสิน (EU) การสะท้อนความรู้สึก (RF) การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (C) และการสนับสนุน (S)

2. โมเดลโครงสร้างองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานครมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนเพื่อศึกษาโครงสร้างองค์ประกอบของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ดังนี้

#### การกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการคำนวณจากจำนวนพารามิเตอร์ที่อยู่ในโมเดล โดยใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15-20 คนต่อ 1 พารามิเตอร์ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างประมาณ 300 คน แต่เพื่อให้การวิจัยนี้มีความแกร่ง (Robustness) และมีขนาดของกลุ่ม

ตัวอย่างที่เหมาะสมกับการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม SPSS และโปรแกรมลิสเรลที่จำเป็นต้องใช้กลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ในการวิเคราะห์ (Meehl & Waller, 2002 อ้างถึงใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542; Hair, 2010) ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างให้มีความเหมาะสมกับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสม คือ 400 คน เป็นเยาวชนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายชั้นปีที่ 5-6 และนักศึกษามหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1-2 ที่มีอายุระหว่าง 17-21 ปี ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ซึ่งเคยเข้าร่วมโครงการค่ายพัฒนาทักษะชีวิต



วัยรุ่น (ค่ายปล่อยจิต) ระหว่างปี พ.ศ. 2553–2556 ที่จัดโดยภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างง่าย โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สุ่มรายชื่อจากข้อมูลของผู้ที่เคยเข้าร่วมโครงการฯ ในการดำเนินการเก็บข้อมูล โดยเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างดังกล่าวมีลักษณะที่เหมาะสมกับการให้ข้อมูลในการวิจัย เนื่องจากมีช่วงวัยอยู่ในช่วงที่เป็นวัยรุ่น มีระดับวุฒิภาวะในการตัดสินใจประเมินตนเองในประเด็นที่ทำการวิจัยได้เป็นอย่างดี มีที่อยู่อาศัยกระจายในบริเวณพื้นที่ต่างๆ ครอบคลุมทั้งกรุงเทพมหานคร และสามารถทำการติดต่อเพื่อขอทำการเก็บข้อมูลได้อย่างสะดวกโดยทางอินเทอร์เน็ต และทางจดหมาย

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม และมาตรวัดจำนวน 1 ฉบับ แบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับการศึกษาและชั้นปีที่กำลังศึกษา และตอนที่ 2 เป็นมาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา มีรายละเอียดของขั้นตอนการสร้าง และรายละเอียดของมาตรวัด ดังนี้

มาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ได้นำมาจากงานวิจัยของชาญ รัตนะพิสิฐ (2555) มีขั้นตอนในการสร้างมาตรวัด โดยเริ่มต้นจาก ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยและเครื่องมือที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างข้อกระทงของแบบวัดให้ครอบคลุมตามนิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย จากนั้นสร้างข้อกระทงของมาตรวัด ให้สอดคล้องและครอบคลุมตามนิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย โดยลักษณะของเครื่องมือ เป็นแบบสอบถามให้เลือกตอบ

และมาตรเป็นมาตรแบบประเมินค่า (Rating scale)

เมื่อสร้างข้อกระทงเรียบร้อยแล้วได้ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ด้วยวิธีตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เมื่อปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วได้นำไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) และนิสิตที่เรียนวิชาโทจิตวิทยา ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน จากนั้นนำมาตรวจวัดมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อกระทง (Item discrimination) ด้วยวิธีตรวจสอบความสอดคล้องภายในของมาตรวัดโดยพิจารณาคัดเลือกข้อกระทงจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อ กับผลรวมของข้อกระทงที่เหลือ (Corrected Item-total Correlation) หรือ CITC ที่มีค่าตั้งแต่ .30 ขึ้นไป ได้ข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งสิ้นจำนวน 31 ข้อ และนำข้อกระทงที่ได้คัดเลือกไปหาความเชื่อมั่นของมาตรวัดทั้งฉบับด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Chronbach's Alpha Coefficient หรือ  $\alpha$ ) พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นของมาตรทั้งฉบับ เท่ากับ .91 ในขั้นตอนสุดท้ายเป็นการนำเอามาตรวัดที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพและความถูกต้องแล้วไปจัดเรียงพิมพ์เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูล มาตรวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ครอบคลุมเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารที่สำคัญ 7 ด้าน รวมทั้งสิ้น 31 ข้อ ดังนี้

- 1) การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน (Self-disclosure and Tuning-in หรือ SET) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-5
- 2) การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (Respectfulness หรือ R) จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 6-9
- 3) การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Intensive

Listening หรือ IL) จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 10–13

4) การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน (Empathic Understanding หรือ EU) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 14 – 18

5) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling หรือ RF) จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 19 – 21

6) การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (Clarifying หรือ C) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 22 - 26

7) การสนับสนุน (Supportive หรือ S) จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 27 – 31

### การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

1. การวิเคราะห์สถิติเพื่อบรรยายลักษณะของข้อมูล ได้แก่

1.1 ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean: M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา โดยการใช้สถิติวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

3. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) ด้วยโปรแกรม SPSS

4. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) โดยโปรแกรม LISREL

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ทักษะชีวิตและสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่น

ตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้วยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา และส่วนที่ 4 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา มีสาระสำคัญ ดังนี้

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 64.00 และเป็นเพศชาย จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 36.00 เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุ 16–19 ปี คิดเป็นร้อยละ 58.50 รองลงมาคือ อายุมากกว่า 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 41.50 เมื่อจำแนกตามประเภทของการศึกษาและชั้นปีที่กำลังศึกษา พบว่าเป็นนักเรียนชั้นมัธยมจำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 49.50 และเป็นนิสิตจำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 50.50

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ทักษะชีวิตและสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร ด้วยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

พบว่าทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $M=3.92$ ,  $SD=0.63$ ) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าทักษะด้านการการเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน ( $M=3.91$ ,  $SD=0.68$ ) ทักษะด้านการให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา ( $M=4.12$ ,  $SD=0.559$ ) ทักษะด้านการรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ ( $M=3.82$ ,  $SD=0.70$ ) ทักษะการเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน ( $M=3.72$ ,  $SD=0.77$ ) ทักษะด้านการสะท้อนความรู้สึก ( $M=3.87$ ,  $SD=0.67$ ) ทักษะการทำให้เกิดความ



เข้าใจที่กระจ่างชัด ( $M=4.02$ ,  $SD=0.64$ ) และทักษะด้านการสนับสนุน ( $M=3.98$ ,  $SD=0.67$ ) ซึ่งทุกด้านอยู่ในระดับสูง

### ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ผู้วิจัยทดสอบความเหมาะสมของชุดตัวแปร คือ ชุดข้อกระทงของมาตรวัดที่นำมาศึกษา โดยการวิเคราะห์ค่าดัชนีไคเซอร์-เมเยอร์-ออลกิน (Kaiser-Meyer-Olkin measures of sampling adequacy: KMO) มีค่าเท่ากับ .812 ซึ่งเข้าใกล้ 1 แสดงว่ามีความเหมาะสมที่จะนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบในระดับดีมากและผลการทดสอบ Bartlett's test of sphericity พบว่าตัวแปรต่างๆ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติ ( $p<.01$ ) แสดงว่าตัวแปรต่างๆ สามารถนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบได้ จากนั้นผู้วิจัยสกัดองค์ประกอบด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบหลัก (Principal Component Analysis) พบค่าความร่วมกัน (Communality) ของตัวแปรแต่ละตัวที่ใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาทั้งหมด จำนวน 31 ตัว มีค่าอยู่ระหว่าง .500-.723 ซึ่งผลการหมุนแกนองค์ประกอบแบบมุมแหลม (Oblique rotation) ด้วยวิธีโปรแมกซ์ (Promax) ได้องค์ประกอบทั้งสิ้นจำนวน 7 องค์ประกอบ ทุกองค์ประกอบมีค่าไอเกน (Eigen value) เกิน 1 ทั้งหมด มีค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมเท่ากับ 70.291 ผลของจำนวนองค์ประกอบสอดคล้องกับแนวคิดของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาและงานวิจัยของชาญ รัตนะพิสิฐ (2555) ซึ่งมีรายละเอียดของข้อกระทงจำแนกตามองค์ประกอบ ดังตาราง 2

ตาราง 2 องค์ประกอบ และน้ำหนักองค์ประกอบทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาจำแนกตามข้อคำถาม

ข้อที่	ข้อกระทงจำแนกตามองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา	น้ำหนักองค์ประกอบ
องค์ประกอบที่ 1 การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน (SET)		
ค่าไอเกน = 14.281 ร้อยละของความแปรปรวน = 16.801		
1	ท่านพยายามสร้างความเป็นกันเองกับคู่สนทนาด้วยท่าทีที่เป็นมิตร	.709
4	ในการสนทนาท่านให้ความสำคัญกับประสบการณ์ที่คู่สนทนาเล่าโดยไม่เห็นเป็นเรื่องไร้สาระ	.705
3	ท่านเปิดกว้างพร้อมที่จะรับรู้เรื่องราวและสภาวะเหตุการณ์ต่างๆ ในการสนทนา	.698
5	ท่านพยายามปล่อยวางตัวตนของตนเอง โดยไม่ยึดติดกับความคิดความรู้สึกของตนเอง	.680
2	เมื่อคู่สนทนาสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับตัวท่าน ท่านก็ไม่รังเกียจที่จะตอบตามความเป็นจริง	.598
องค์ประกอบที่ 2 การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (R)		
ค่าไอเกน = 13.652 ร้อยละของความแปรปรวน = 16.060		
6	ท่านเต็มใจที่จะสนทนา โดยเห็นว่าคู่สนทนาเป็นมิตรสหายที่ดีคนหนึ่ง	.702
9	มนุษย์ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน จึงควรให้เกียรติตนเองและผู้อื่นในการสนทนาเสมอ	.693
8	ท่านพยายามแสดงท่าที และใช้ถ้อยคำที่สุภาพในการสนทนา	.649
7	หากท่านเห็นคู่สนทนาแสดงท่าทีอึดอัด ไม่สบายใจ ท่านจะเปลี่ยนเนื้อหาสนทนาไปยังเนื้อหาอื่นที่เห็นว่าเหมาะสมกว่า	.566

## องค์ประกอบที่ 3 การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (IL)

ค่าไอเกน = 9.010 ร้อยละของความแปรปรวน = 10.600

10	ท่านสามารถรับฟังผู้อื่นได้ด้วยจิตใจที่สงบ	.717
12	ท่านสามารถฟังผู้อื่นได้จนจบการสนทนา แม้ว่าการสนทนานั้นจะใช้ระยะเวลานาน	.685
11	ท่านสามารถเข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึกของคู่สนทนาจากน้ำเสียง หรือเรื่องราวที่สื่อออกมาได้	.633
13	ท่านสามารถติดตามและจดจำเรื่องราวของคู่สนทนาได้เป็นอย่างดี	.554

## องค์ประกอบที่ 4 การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน (EU)

ค่าไอเกน = 7.760 ร้อยละของความแปรปรวน = 9.130

14	ท่านสามารถรับฟังผู้อื่นได้ด้วยจิตใจที่เป็นกลาง	.704
15	ท่านพยายามที่จะไม่ตัดสินบุคคลอื่นในเรื่องต่างๆ	.690
18	ท่านไม่รังเกียจคู่สนทนา แม้เขาจะมีความคิดเห็นแตกต่างหรือขัดแย้งกับท่าน	.583
16	ท่านสื่อสารกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ เห็นอกเห็นใจเสมอ ไม่ว่ากรณีใดๆ	.559
17	ท่านตระหนักถึงค่านิยมและเจตคติของท่าน และพยายามไม่ใช้สิ่งเหล่านี้มาตัดสินคู่สนทนา	.541

## องค์ประกอบที่ 5 การสะท้อนความรู้สึก (RF)

ค่าไอเกน = 6.610 ร้อยละของความแปรปรวน = 7.774

21	ท่านพบว่าท่านสามารถสะท้อนความรู้สึกของคู่สนทนาได้ตรงกับความเป็นจริง	.602
20	ท่านกล้าที่จะสะท้อนความรู้สึกของคู่สนทนาที่ท่านสัมผัสได้ แม้ว่าคู่สนทนาจะไม่ได้พูดออกมา	.518
19	ท่านสามารถบอกให้คู่สนทนาทราบได้ว่าเขากำลังรู้สึกอย่างไรในเรื่องราวนั้นๆ	.508

## องค์ประกอบที่ 6 การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (C)

ค่าไอเกน = 4.275 ร้อยละของความแปรปรวน = 5.025

26	เมื่อท่านพบคำพูดที่ไม่ชัดเจนของคู่สนทนา ท่านสามารถถามเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องได้	.711
24	ท่านมีทักษะในการตั้งคำถาม หรือสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่จำเป็นในเรื่องต่างๆ ของผู้ร่วมสนทนาเพิ่มเติมได้อย่างเหมาะสม	.644
22	ท่านสามารถกระตุ้นให้ผู้ร่วมสนทนาทราบถึงสภาวะ หรือมองปัญหาต่างๆ ของตนตามความเป็นจริง	.600
25	ท่านมีความไวต่อคำพูดที่ไม่ชัดเจนของคู่สนทนา	.581
23	ท่านพยายามกระตุ้นให้ผู้ร่วมสนทนาพยายามค้นหาสาเหตุ หรือรากฐานที่แท้จริงของเรื่องราวและปัญหาต่างๆ	.558

## องค์ประกอบที่ 7 การสนับสนุน (S)

ค่าไอเกน = 4.164 ร้อยละของความแปรปรวน = 4.901

31	ท่านสามารถให้กำลังใจอย่างอบอุ่นได้ เมื่อคู่สนทนาเกิดความรู้สึกท้อแท้ โศกเศร้า	.723
30	ท่านสามารถสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นจริงใจในการสนทนา	.603
29	ท่านสามารถสร้างการสื่อสาร สนทนาที่เหมาะสมเพื่อให้การสนทนาเป็นด้วยความราบรื่น แสดงถึงความ เป็นมิตร เห็นอกเห็นใจ	.572
27	ท่านสามารถทำให้ผู้ร่วมสนทนาได้แสดงออกถึงความเป็นตัวของตัวเองมากที่สุด	.508
28	ท่านมักใช้วจนภาษา (หรือการแสดงออกทางภาษากาย) เช่น การสบตา การสัมผัส เพื่อช่วยให้ผู้ร่วม สนทนาอารมณ์ความรู้สึกไว้วางใจและผ่อนคลายเพิ่มขึ้น	.500

#### ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของตัวแปรทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ตัวแปรที่บ่งชี้ถึงทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาทุกตัวมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ .633 ถึง .785

เมื่อพิจารณาค่าสถิติ Bartlett's test of sphericity ซึ่งเป็นค่าสถิติทดสอบสมมติฐานว่าเมทริกซ์ สหสัมพันธ์นั้น เป็นเมทริกซ์เอกลักษณะ

(Identity matrix) หรือไม่ พบว่ามีค่าเท่ากับ 4,280.468 ( $p < .000$ ) แสดงว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไกเซอร์-เมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin measures of sampling adequacy: KMO) มีค่าเท่ากับ .785 ซึ่งเข้าใกล้ 1 ผลการทดสอบทั้งสองนี้แสดงให้เห็นว่าตัวแปรต่างๆ ในข้อมูลชุดนี้มีความสัมพันธ์กันในระดับที่มากพอและมีความเหมาะสมที่จะนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบได้ โดยมีรายละเอียดแสดงดังตาราง 3

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันขององค์ประกอบทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

ตัวแปร	SET	R	IL	EU	RF	C	S
SET	1.000						
R	.769**	1.000					
IL	.732**	.721**	1.000				
EU	.746**	.765**	.736**	1.000			
RF	.735**	.689**	.682**	.759**	1.000		
C	.785**	.698**	.745**	.746**	.688**	1.000	
S	.755**	.633**	.782**	.644**	.782**	.658**	1.000
M	3.91	4.12	3.82	3.72	3.87	4.02	3.98
SD	0.68	0.56	0.70	0.77	0.70	0.64	0.67
Bartlett's test of sphericity = 4,280.468 $df = 21$ $p = .000$ KMO = .785							

หมายเหตุ    \*\*  $p < .01$

สำหรับผลการตรวจสอบค่าความตรงของโมเดลการวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่าโมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (Chi-square) มีค่า

เท่ากับ 3.515 ซึ่งมีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ .743 ที่องศาอิสระเท่ากับ 6 ( $df = 6$ ) นั่นคือ ค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า ยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่า โมเดลการวัดมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดย

ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .997 (RMR) เท่ากับ .002 ดังตาราง 4 และภาพประกอบ 2  
 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) ดังนี้  
 เท่ากับ .988 และค่าดัชนีรากของกำลังสองของเศษ

ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่น  
 ตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร

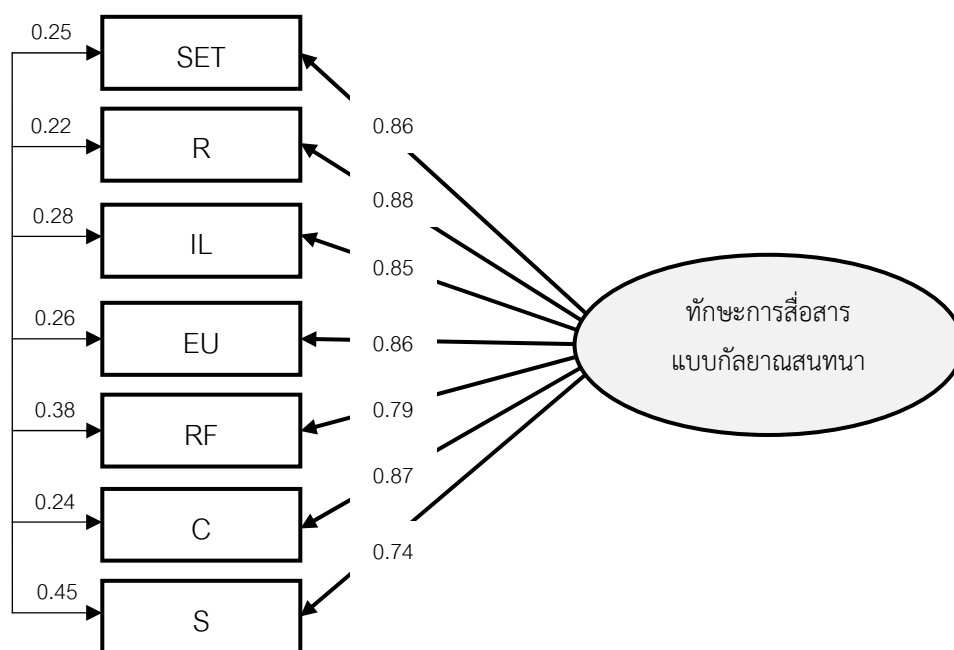
ตัวแปร	น้ำหนักองค์ประกอบ		T	R <sup>2</sup>	สัมประสิทธิ์คะแนน องค์ประกอบ
	b(SE)	B			
การเปิดเผยตนเองและการเชื่อมสมาน	.590 (.028)	.868	21.389***	.753	.236
การให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา	.495 (.023)	.884	21.698***	.781	.545
การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ	.586 (.028)	.849	20.637***	.722	.308
การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน	.673 (.032)	.862	21.277***	.443	.181
การสะท้อนความรู้สึก	.529 (.029)	.790	18.548***	.624	.134
การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด	.557 (.026)	.870	21.177***	.758	.393
การสนับสนุน	.495 (.029)	.740	16.925***	.547	.102
Chi-square = 3.515	df = 6	p = .742			
GFI = .997	AGFI = .988	RMR = .002			

หมายเหตุ: \*\*\*  $p < .001$

จากตาราง 4 เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนัก  
 องค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานของแต่ละตัวแปร  
 สังเกตได้ในโมเดลการวัดทักษะการสื่อสารแบบ  
 กัลยาณสนทนา พบว่า น้ำหนักองค์ประกอบทั้งหมด  
 มีค่าเป็นบวก ขนาดตั้งแต่ .740 ถึง .884 และทุกตัว  
 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $p < .001$ ) โดย  
 ตัวแปรที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด ได้แก่ การ  
 ให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (Respectfulness  
 หรือ R) รองลงมาคือ การทำให้เกิดความเข้าใจที่  
 กระจ่างชัด (Clarifying หรือ C) การเปิดเผยตนเอง  
 และการเชื่อมสมาน (Self-disclosure and  
 Tuning-in หรือ SET) การเข้าใจในตัวบุคคลด้วย  
 ความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน (Empathic  
 Understanding หรือ EU) การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ

(Intensive Listening หรือ IL) การสะท้อนความรู้สึก  
 (Reflection of Feeling หรือ RF) และการสนับสนุน  
 (Supportive หรือ S) ตามลำดับ แสดงว่าตัวแปรทั้ง  
 7 ตัวดังกล่าวนี้ เป็นตัวบ่งชี้ผลลัพธ์ของทักษะการ  
 สื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นได้อย่างมี  
 นัยสำคัญ

มาตรวัดองค์ประกอบ/ตัวแปรบ่งชี้รวมของ  
 ทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา (KALAYANA  
 DIALOGUE) เท่ากับ .236\*\*\* (SET) + .545\*\*\* (R) + .308\*\*\*  
 (IL) + .181\*\*\* (EU) + .134\*\*\* (RF) + .393\*\*\* (C) + .102\*\*\* (S)



Chi-square = 3.515, df = 6, p-value = 0.742, RMSEA = 0.000

ภาพประกอบ 2 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

### สรุปและอภิปรายผล

จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสรุปและอภิปรายได้ ดังนี้

1. บุคคลที่อยู่ในวัยรุ่นตอนปลายที่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานคร มีทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาโดยรวม อยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อยก็พบว่า มีทุกทักษะอยู่ในระดับสูงด้วยเช่นกัน เนื่องจากในปัจจุบันบุคคลที่อยู่ในวัยรุ่นตอนปลายต้องมีความพยายามในการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะทักษะที่จำเป็นอย่างหนึ่งก็คือ ทักษะการสื่อสาร หรือทักษะในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ เพราะบุคคลที่อยู่ในวัยนี้มักเป็นวัยที่ต้องการสังคม ต้องการการยอมรับ รู้สึกว่าไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้เพียงคนเดียวในสังคม จึงจำเป็นที่จะต้องมีการปฏิสัมพันธ์ และพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน จึงเกิดความต้องการในการสื่อสารกับบุคคล

รอบข้างให้ราบรื่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเอง และความเข้าใจซึ่งกันและกันระหว่างบุคคลให้มากที่สุด และผลจากการสื่อสารนั้นช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและเกิดการปรับตัวประกอบทางด้านอารมณ์จิตใจ สามารถช่วยให้ผ่านพ้นปัญหาต่างๆ ไปได้ (สันห์ชาย โมสิกรัตน์ และภาควิชาจิตวิทยา, 2554; Segrin & Taylor, 2007; Gharamaleki & Rajabi, 2010)

2. โมเดลสมมติฐานองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาจากงานวิจัยที่ผ่านมาของสันห์ชาย โมสิกรัตน์ และภาควิชาจิตวิทยา (2554) และงานวิจัยของชาญ รัตน์พิสิฐ (2555) ได้กำหนดนิยาม ขอบเขตของการวัดและองค์ประกอบที่สำคัญของตัวแปรนี้ว่าประกอบด้วยทักษะที่สำคัญ 7 ด้าน คือ การเปิดเผยตนเองและการสร้างเชื่อมสมาน (Self-disclosure and Tuning-in หรือ SET) การ

ให้เกียรติตนเองและคู่สนทนา (Respectfulness หรือ R) การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Intensive Listening หรือ IL) การเข้าใจในตัวบุคคลด้วยความเห็นอกเห็นใจและไม่ตัดสิน (Empathic Understanding หรือ EU) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling หรือ RF) การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (Clarifying หรือ C) และการสนับสนุน (Supportive หรือ S) ซึ่งผลการศึกษาพบว่าองค์ประกอบของโมเดลทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาของวัยรุ่นตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานครมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เนื่องจากแนวคิดของการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาได้รับอิทธิพลของแนวความคิดมาจากศาสตร์ด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ไม่ว่าจะเป็นในแนวตะวันตก และแนวพุทธ ที่เชื่อในความเคารพ ความมีศักยภาพในการคิด ตัดสินใจ การแก้ปัญหาได้ด้วยสติและปัญญาของบุคคล เข้าใจในตัวตนของตนเองและผู้อื่น รวมถึงความต้องการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในเชิงของกัลยาณมิตร คือมีความเอื้อเฟื้อ หวังดีต่อกันอย่างจริงใจ (สุภาพร ประดับสมุทร, 2552; โสริช โพธิแก้ว, 2553; Rogers, 1961, Hatchett & Park, 2004)

การสร้างมิตรภาพระหว่างบุคคลผ่านการสื่อสารนั้นสามารถเริ่มต้นจากการที่บุคคลมีการเชื่อมสมานจนเกิดความเต็มใจที่จะสื่อสาร พร้อมรับฟังในเรื่องราวต่างๆ อย่างจริงใจปราศจากอคติซึ่งมักเป็นอุปสรรคที่สำคัญในการเปิดรับเรื่องราวต่างๆ มีความไวต่อความรู้สึกของคู่สนทนาและปรับการสนทนาให้มีความราบรื่น มีการสอบถามทางความรู้สึกและเรื่องราวของการสนทนาให้กระจ่าง เกิดความเข้าใจ เข้าใจในตนเองและผู้อื่น และตระหนักถึงเหตุปัจจัยของปัญหาต่างๆ ตามความเป็นจริง นอกจากนี้ในการ

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลควรมุ่งเน้นการสร้างความรู้สึกลทางบวกผ่านทาง วจนภาษา และอวจนภาษา เพื่อลดความรู้สึกทางลบต่างๆ ทำให้บุคคลพร้อมที่จะใช้อันจะสามารถนำไปสู่การแก้ไขปัญหาต่างๆ สามารถปรับตัวในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (โสริช โพธิแก้ว, 2540; ดวงพร หิรัญรัตน์; 2543; สันห์ชาย โมสิกรัตน์และภาควิชาจิตวิทยา, 2554) ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ นุชนาฏ ศิริพล (2540) นฤมล วิจารณ์กุล (2550) Demir & Urberg (2004) Bayrami et al.(2012) ที่พบว่าการสื่อสารในเชิงของการให้คำปรึกษา และเต็มไปด้วยมิตรภาพ จะช่วยสร้างสัมพันธภาพ และการปรับตัวที่ดี อันนำไปสู่การลดอารมณ์ความรู้สึกทางลบของบุคคล และช่วยให้มีความสุขหรือสุขภาวะทางจิตเพิ่มสูงขึ้นด้วย ดังนั้นองค์ประกอบทั้ง 7 ด้านจึงมีความตรง และเหมาะสมที่จะใช้ในการวัดประเมินคุณลักษณะของตัวแปรตามแนวคิดของทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การศึกษาในครั้งนี้ ได้นำเอาแนวคิดเกี่ยวกับกัลยาณสนทนาที่ได้พัฒนานิยาม องค์ประกอบ และการวัด มาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมเชิงโครงสร้างของแนวคิดนี้ เพื่อให้สามารถนำเครื่องมือนี้ไปใช้ในการวัด ประเมินเพื่อศึกษาวิจัยเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารนี้เพื่อขยายขอบเขตองค์ความรู้ในเรื่องนี้ให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น รวมถึงนำไปเป็นแนวทางร่วมกับตัวแปรอื่นๆ เช่น การลดอคติ การเสริมสร้างบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ ความสามารถในการเผชิญต่ออุปสรรค พฤติกรรมเสริมสร้างสังคม โดยอาจนำไปพัฒนาเป็นโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง



(Structural Equation Model) ระหว่างตัวแปรต่างๆ เพื่อให้มีการบูรณาการรอบด้านอันจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาสังคม และประเทศต่อไป

2. ผลของการศึกษาช่วยให้ได้แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารที่ช่วยสร้างสัมพันธภาพ ก่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การปรับตัวและช่วยลดปัญหาต่างๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ที่สนใจ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ในการประเมินทักษะการสื่อสารในรูปแบบดังกล่าว เพื่อช่วยให้ได้แนวทางในการฝึกฝนตนเองตามองค์ประกอบของทักษะสื่อสารที่สำคัญทั้ง 7 ด้าน รวมถึงมีการริเริ่มเผยแพร่แนวคิดนี้ผ่านทางสื่อต่างๆ และจัดหลักสูตรหรือโครงการฝึกอบรมสำหรับการเสริมสร้างทักษะแบบกัลยาณสนทนาเพื่อช่วยให้เยาวชนวัยรุ่นนำไปประยุกต์ใช้ในการสร้างมิตรภาพระหว่างบุคคล สามารถดำรงชีวิตได้อย่างสมดุล และเปี่ยมไปด้วยความสุข

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการศึกษาในครั้งนี้เป็นการพัฒนารายละเอียดและองค์ประกอบทักษะของแนวคิดการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา และได้ทดลองเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเยาวชนวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งอาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น ดังนั้นในการทำวิจัยครั้งต่อไปอาจศึกษาและเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนเพิ่มขึ้น มีลักษณะส่วนบุคคล เช่น เพศ ช่วงอายุที่แตกต่างกัน และอาจเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในพื้นที่ต่างๆ ทั่วประเทศ รวมถึงการศึกษาข้ามวัฒนธรรม เพื่อวิเคราะห์ทางสถิติเพิ่มเติม เช่น การสร้างเกณฑ์ปกติ สำหรับใช้วัดและประเมินทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนาให้มีความครอบคลุม และเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

2. อาจนำแนวคิดและมาตรวัดนี้ไปดัดแปลงและพัฒนาเพิ่มเติม เช่น การลดจำนวนข้อกระทงลง

เพื่อปรับเปลี่ยนมาตรวัดให้เป็นฉบับสั้น ทำให้ช่วยลดระยะเวลา และสะดวกในการวัดประเมินเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา

### เอกสารอ้างอิง

- ชาญ รัตนะพิสิฐ. (2555). *อิทธิพลของการสื่อสารแบบกัลยาณสนทนา ทักษะชีวิต ต่อสุขภาวะทางจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงพร หิรัญรัตน์. (2543). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ที่มีต่อความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุชนาฏ ศิริพล. (2540). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อการเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของพนักงาน วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารจิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสเรล : สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นฤมล วิจักษณ์กุล. (2550). *การฝึกงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ณ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต (ผลของการเข้ากลุ่มพัฒนาตนและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธต่อสุขภาวะทางจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต)*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต

- สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2546). *พุทธธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 11 กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สันห์ชาย โมสิกรัตน์ และภาควิชาจิตวิทยา. (2554). *การศึกษาประสบการณ์ของนิสิตวิชาเอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ได้ผ่านหลักสูตรจิตวิทยาสิทธิมงคล เพื่อพัฒนากัลยาณสันทนา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุภาพร ประดับสมุทร. (2552). *การเกิดปัญหาในกระบวนการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ*. วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสริช โพธิแก้ว. (2540). *จิตวิทยาแห่งธรรมะและการศึกษาเชิงจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: หลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. [เอกสารอัดสำเนา]
- โสริช โพธิแก้ว. (2553). *การสังเคราะห์หลักอริยสัจ 4สู่กระบวนการศึกษาเชิงจิตวิทยา/จิตรักษา เพื่อการพัฒนา รักษา และเยียวยาชีวิตจิตใจ: แนวคิด แนวทาง ประสบการณ์ และงานวิจัย*. กรุงเทพฯ: หลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. [เอกสารอัดสำเนา]
- Bayrami, M., Heshmati, R., Mohammadpour, V., Gholamzadeh, M., Hasanloo, H. O., & Moslemifar, M. (2012). Happiness and willingness to communicate in three attachment styles: a study on college students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 46, 294–298.
- Demir, M., & Urberg, K. A. (2004). Friendship and adjustment among dolescents. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 68–82.
- Gharamaleki, N. S., & Rajabi, S. (2010). Efficacy of life skills training on increase of mental health and self-esteem of the students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1818–1822.
- Hair, J. F. et al. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective*. 7<sup>th</sup> ed. New Jersey, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Hatchett, G. T., & Park, H. L. (2004). Relationship among optimism, coping styles, psychopathology, and counseling outcome. *Personality and Individual Differences*, 36, 1755-1769.
- Rogers, C.R. (1961). *On Becoming a Person*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Segrin, C., & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 43, 637–646.
- Segrin, C., Hanzal, A., Donnerstein, C., Taylor M., & Domschke, T. J. (2007). Social skills, psychological well-being, and the mediating role of perceived stress, *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 20(3), 321–329.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678–691.